

Titulación	Tipo	Curso
Psicología	OP	4

Profesor/a de contacto

Nombre : Teresa Gutiérrez Rosado

Correo electrónico : teresa.gutierrez@uab.cat

Equipo docente

Lidia Segura Garcia

Gemma Peralta Perez

Idiomas de los grupos

Puede consultar esta información al [final](#) del documento.

Prerrequisitos

No hay prerrequisitos.

Objetivos

Intervención en Psicología de la Salud es una asignatura optativa del Bloque A de la "Mención de intervención psicológica en calidad de vida". Se imparte 2º semestre de 4ª curso por profesoras del Departamento de Psicología Clínica y de Salud especialistas en salud pública. La asignatura aporta herramientas metodológicas y habilidades técnicas aplicadas a la prevención y promoción de la salud y el bienestar, desde las perspectivas de la psicología positiva, los modelos salutogénicos y los determinantes sociales de la salud. Además, desarrolla ampliamente la prevención en conductas adictivas. Incluye tres bloques temáticos:

- a) Bases conceptuales y metodológicas, con énfasis en el desarrollo de las *fortalezas humanas* desde la psicología positiva, la profundización en el concepto de bienestar en contraposición a calidad de vida, las estrategias de prevención y promoción de la salud más relevantes y el diseño y evaluación de programa como metodología básica para hacer intervenciones comunitarias en prevención y promoción de la salud.
- b) Habilidades para la vida que contribuyen al desarrollo de competencias muy útiles para mantener la salud y el bienestar y que suelen formar parte de los programas de prevención y promoción de la salud como: la inteligencia emocional, la autoestima, el Mindfulness y la entrevista motivacional.
- c) Aplicaciones preventivas en las conductas adictivas y otros problemas de salud, con énfasis en adicciones a sustancias y comportamentales y los innovadores programas de prescripción social para diversos problemas de salud.

Al finalizar la asignatura, el/la estudiante será capaz de:

1. Reconocer los determinantes de la salud.
2. Comprender las relaciones entre comportamiento, salud y enfermedad.
3. Conocer los fundamentos teóricos y metodológicos en diferentes ámbitos aplicados.
4. Adquirir habilidades básicas para desarrollar programas de salud.
5. Adquirir habilidades básicas para analizar y modificar conductas.
6. Identificar las competencias de los diferentes profesionales de la salud
7. Trabajar en equipo.

Resultados de aprendizaje

1. Identificar los principales determinantes psicológicos que afectan al desarrollo de problemas de salud y a su afrontamiento.
2. Identificar necesidades de intervención en problemas de salud en distintos contextos aplicados.
3. Diferenciar las implicaciones psicosociales de los principales problemas de salud, sus determinantes, tendencias epidemiológicas y su pronóstico.
4. Distinguir los diferentes ámbitos aplicados de la evaluación y la intervención psicológica en problemas de salud.
5. Valorar las limitaciones prácticas y éticas del propio campo aplicado.
6. Practicar el establecimiento de objetivos terapéuticos en contextos simulados.
7. Identificar las principales técnicas de intervención en psicología de la salud en distintos contextos.
8. Describir el procedimiento básico de administración de las técnicas y las intervenciones en psicología de la salud.
9. Reconocer las distintas aplicaciones e indicaciones de las técnicas y programas de intervención en psicología de la salud.
10. Discriminar los principales datos de evidencia sobre la eficacia de los diferentes programas e intervenciones en psicología de la salud.
11. Analizar críticamente programas e intervenciones publicadas.
12. Aplicar programas y/o intervenciones en problemas de salud en situaciones simuladas o de forma supervisada.
13. Identificar los pasos y etapas de la evaluación de programas en el ámbito de la salud.
14. Describir las diferentes metodologías e instrumentos de evaluación de intervenciones en psicología de la salud, sus cualidades y ámbitos de aplicación.
15. Reconocer los fundamentos de la comunicación emocional.
16. Expresar las principales características de la comunicación efectiva entre profesionales y destinatarios en el ámbito de la salud.
17. Utilizar las herramientas adecuadas para comunicarse.
18. Trabajar en equipo.
19. Aplicar de manera crítica, reflexiva y creativa los conocimientos, habilidades y valores adquiridos.
20. Proponer proyectos y acciones que estén de acuerdo con los principios de responsabilidad ética y de respeto por los derechos y deberes fundamentales, la diversidad y los valores democráticos.
21. Identificar las principales desigualdades y discriminaciones por razón de sexo/género presentes en la sociedad.
22. Identificar situaciones que necesitan un cambio o mejora.
23. Proponer nuevos métodos o soluciones alternativas fundamentadas.

Contenidos

BASES CONCEPTUALES y METODOLÓGICAS

Tema 1. Psicología positiva, calidad de vida y bienestar psicológico.

Tema 2. Perspectiva interseccional en promoción de la salud

Tema 3. Diseño y planificación de programas de salud.

Tema 4. Evaluación de programas de salud

HABILIDADES PARA LA VIDA

Tema 5: Conciencia plena (Mindfulness)

Tema 6: Inteligencia emocional

Tema 7. Entrevista motivacional

Tema 8: Autoestima

APLICACIONES

Tema 9. Programas de prevención en adicciones a sustancias

Tema 10. Programas de prescripción social

Tema 11. Estrategias de intervención emocional en diabetes

SEMINARIOS:

1. Diseño de un programa para mejorar la salud I
2. Taller de Mindfulness y bienestar emocional
3. Taller de Inteligencia Emocional
4. Taller de introducción a la entrevista motivacional I y II
5. Presentación de un programa para promocionar la salud

Actividades formativas y Metodología

Título	Horas	ECTS	Resultados de aprendizaje
Tutorías	12	0,48	2, 21
Lectura de textos	22	0,88	6, 7, 10, 11, 23
Estudio	48	1,92	1, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 13, 14, 19, 20, 23
Clase magistral	24	0,96	4, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 13, 14, 16, 20
Seminario de análisis y debate	12	0,48	1, 2, 3, 4, 8, 9, 13, 14, 16, 20, 21, 22, 23
Realización de trabajos	24	0,96	1, 3, 8, 10, 11, 13, 14, 16, 22, 23

Metodología

La metodología de trabajo combinará técnicas didácticas tradicionales con metodologías más activas.

Dirigidas:

Clases magistrales. Seminarios de análisis y debate en base a la lectura, síntesis y valoración crítica de artículos y de guía y tutorización del trabajo en grupo.

Supervisadas:

Tutorías programadas con el profesorado para la revisión de actividades dirigidas.

Autónomas:

Consultas bibliográficas y documentales.

Lectura comprensiva de referencias específicas.

Preparación exposición oral de artículos.

Realización de un trabajo en grupo, póster y exposición oral.

Estudio.

Nota: se reservarán 15 minutos de una clase dentro del calendario establecido por el centro o por la titulación para que el alumnado rellene las encuestas de evaluación de la actuación del profesorado y de evaluación de la asignatura o módulo.

Evaluación

Actividades de evaluación continuada

Título	Peso	Horas	ECTS	Resultados de aprendizaje
Ev3a	10%	2	0,08	2, 6, 8, 10, 11, 13, 14, 16, 17, 18, 20, 21, 22, 23
Ev3b	20%	2	0,08	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 9, 10, 11, 12, 15, 16, 17, 18, 19, 20, 21, 22, 23
Ev2	20%	1	0,04	1, 2, 7, 9, 10, 19, 21, 22, 23
Ev1b	27%	1,5	0,06	4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 13, 16, 19, 20, 23
Ev1a	23%	1,5	0,06	4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 13, 16, 19, 20, 23

Además de estas indicaciones puedes consultar las pautas de evaluación de la Facultad.

EVALUACIÓN CONTÍNUA: evidencias de aprendizaje

Evidencia	Descripción	Autoría	Peso (%)	Formato	Vía de presentación	Temporización
Ev1a	Prueba tipo test	individual	23%	escrita	presencial	Semana 7
Ev1b	Prueba tipo test	individual	27%	escrita	presencial	Semana 19
Ev2	Defensa oral de un artículo	Individual o grupo de 2	20%	oral y escrita	Presencial/ Moodle	Elegir tema i semana
Ev3a	Exposición-poster del programa	grupo de 3	10%	oral y escrita	Presencial/ Moodle	Semanas 14 0 15
Ev3b	Informe del programa	grupo de 3	20%	escrita	Presencial/ Moodle	Semana 15

Ev1 (a y b): Prueba parcial de respuesta múltiple tipo test de 40 preguntas aproximadas, con cuatro alternativas de respuesta y una correcta. La penalización que se aplica a la corrección de la prueba es de 1/3, es decir, por cada 3 preguntas incorrectas se elimina 1 pregunta correcta. El examen incluirá entre 5-6 preguntas de cada tema y 2-3 de cada seminario impartido. El % de esta evidencia puede cambiar ligeramente en base a la programación real.

Ev2: Exposición de un artículo vinculado a cada tema de teoría, individual o en grupo de 2 personas. Se evalúa la defensa pública (15'), la generación de debate y la presentación como evidencia.

Ev3 (a y b): Trabajo en grupos sobre el diseño, planificación y evaluación de un programa de salud. Este trabajo incluye una exposición oral en formato póster (Ev3a) y un informe escrito (Ev3b).

NOTA GLOBAL La nota global de la asignatura será la media ponderada de la puntuación obtenida en cada una de las evidencias de aprendizaje. Para superar la asignatura es necesaria una media ponderada de 5 y haber obtenido como mínimo 4,0 puntos (en una escala de 10) en la Ev1a y en la Ev1b. En caso de no alcanzar estos requisitos, la nota máxima a consignar en el expediente académico será de 4,5 puntos.

Prueba de Recuperación: A la Prueba de Recuperación final puede optar el alumnado que a lo largo de la evaluación continua haya realizado evidencias con un peso igual o mayor a 2/3 de la calificación total y haya alcanzado una nota inferior a 5 puntos. Quedan excluidas de esta prueba de Recuperación la Ev2, Ev3a y Ev3b. La superación de la Prueba de Recuperación dará lugar a una calificación de Aprobado (5).

Definición "Asignatura superada": La asignatura se considerará superada si la media ponderada de todas las evidencias es igual o mayor a 5 y la nota de la Ev1a y la Ev1b es superior o igual a 4, o si la calificación de la prueba de recuperación es 5.

Definición de "No evaluable": El alumnado que: 1) no se haya presentado a las pruebas tipo test (Ev1a e Ev1b) de la asignatura; o 2) que, habiéndose presentado a diversas pruebas, el peso total de estas sea inferior al 40% será calificado de "No evaluable". No se prevén pruebas de síntesis para el alumnado de 2ª o posterior matrícula.

No se prevén pruebas de síntesis para personas con 2ª matrícula o posteriores.

RETORNO DE EVIDENCIAS

Tipo de retorno	EV y tipo	Semana
Herramienta digital	Ev1a: prueba tipo test	Semana 7
Herramienta digital	Ev1b: prueba tipo test	Semana 19
Rúbrica	Ev2: Defensa oral	Semanalmente
Rúbrica	Ev3a: Presentación oral programa	Semana 15
Rúbrica	Ev3b: Informe programa	Seemana 18

Traducción de exámenes: LA ENTREGA DE LA TRADUCCIÓN DE LAS PRUEBAS DE EVALUACIÓN PRESENCIALES SE REALIZARÁ SI SE CUMPLEN LOS REQUERIMIENTOS ESTABLECIDOS EN EL ARTÍCULO 263 Y SE REALIZA SU SOLICITUD LA SEMANA 4 TELEMÁTICAMENTE (E-FORMULARIO) (más información al web de la Facultad).

USO RESTRINGIDO IA: "Para esta asignatura, se permite el uso de tecnologías de Inteligencia Artificial (IA) exclusivamente en tareas de soporte, como la búsqueda bibliográfica o de información, la corrección de textos o las traducciones. El estudiante o grupo deberá identificar claramente qué partes han sido generadas con esta tecnología, especificar las herramientas empleadas e incluir una reflexión crítica sobre cómo estas han influido en el proceso y el resultado final de la actividad. La no transparencia del uso de la IA en esta actividad evaluable se considerará falta de honestidad académica y puede comportar una penalización parcial o total en la nota de la actividad, o sanciones mayores en casos de gravedad."

EVALUACIÓN ÚNICA. Evidencias de aprendizaje

Evidencia	Descripción	Peso (%)	Formato	Horas (Acto presencial)	Temporización
Ev-a	Prueba tipo test	40%	escrita	2	Semana 19
Ev-b	Prueba de pregunta abierta	30%	escrita	1	Semana 19
Ev-c	Defensa oral de un programa	30%	oral y escrita	30' minutos	Semana 19

- La evaluación única se realizará en el mismo día y lugar que la prueba del segundo periodo evaluativo de la asignatura. Y se evaluarán todos los contenidos de la asignatura.
- Incluye una prueba tipo test (80 preguntas aproximadamente), una prueba de pregunta abierta y respuesta corta (10 preguntas aproximadamente) y la defensa en 15' y 10' de preguntas sobre el programa de prevención o promoción de la salud desarrollado. Se entregará el poster utilizado para la

defensa. La duración puede ser de 3,5/4 horas aproximadamente.

- La nota final de la asignatura se obtendrá tal como se ha descrito en la evaluación continuada.
- Se aplicará el mismo sistema de recuperación que el de la evaluación continuada
- Las evidencias recuperables son la Eva y/o la Evb

LA EVALUACIÓN ÚNICA SE SOLICITA TELEMÁTICAMENTE (E-FORMULARIO) EN EL PERIODO ESPECÍFICO (más información en el web de la Facultad)

Bibliografía

Arcaya, L.A. y Subramanian, V.S. (2015). Desigualdades en salud: definiciones, conceptos y teorías. *Revista Panamericana de Salud Publica* 38(4), 261-271.

Anguera, M.T., Chacón, S. y Blanco, A (2008). Evaluación de programas sociales y sanitarios. Madrid: Síntesis.

Borrell C, Díez E, Morrison J, Camprubí L. (2012). Las desigualdades en salud a nivel urbano y las medidas efectivas para reducirlas. Barcelona: Proyectos Medea e IneqCities.

Bizquera, R. (coord.) (2012). Cómo educar las emociones? La inteligencia emocional en la infancia y adolescencia. Cuadernos Faro, Observatorio de la salud de la infancia y adolescencia. Hospital de Sant Joan de Deu.

Echeburúa, E., Labrador, F.J. y Becoña, E. (2009). Adicción a las nuevas tecnologías en adolescentes y jóvenes. Madrid: Pirámide.

Forshaw, M. & Sheffield D. (2013). *Health Psychology in Action*. Oxford: Wiley-Blackwell.

Marks, D.F., Murray, M., Evans, B. y Vida Estacio, E. (2018) *Health Psychology. Theory, Research and Practice*. London: Sage. (5ª edición).

Miller, W. R., & Rollnick, S. (2009). Ten things that motivational interviewing is not. *Behavioural and cognitive psychotherapy*, 37(2), 129-140. <https://doi.org/10.1017/S1352465809005128>

Morgado, I. (2010). Emociones e inteligencia social. Barcelona: Ariel.

Monográfico (2018). *The Journal of Positive Psychology*. Dedicated to furthering research and promoting good practice.

Simón, V. (2015). Mindfulness: una perspectiva psicobiológica An. R. Acad. Med. Comunitat Valenciana, 16. Disponible on-line. https://www.uv.es/ramcv/2015/6_01_052_Vicente_Simon_txt.pdf

Vazquez, C. y Hervás, G. (Coords.) (2009). La ciencia del bienestar. Fundamentos de psicología positiva. Madrid: Alianza Editorial

Anguera, M.T., Chacón, S. y Blanco, A (2008). Evaluación de programas sociales y sanitarios. Madrid: Síntesis.

Costa, M y López E. (2008). Educación para la salud. Guía práctica para promover estilos de vida saludables. Madrid: Pirámide.

Extremera, N. y Fernández Berrocal, P. (2008). Inteligencia emocional, afecto positivo y felicidad. En Fernández-Abascal, E. (coordinador). Emociones positivas. Madrid: Pirámide.

Echeburúa, E., Labrador, F.J. y Becoña, E. (2009). Adicción a las nuevas tecnologías en adolescentes y jóvenes. Madrid: Pirámide.

Forshaw, M. & Sheffield D. (2013). *Health Psychology in Action*. Oxford: Wiley-Blackwell.

Lyons, A.C. and Chamberlain, K. (2006). *Health psychology: a critical introduction*. London: Sage.

Marks, D.F., Murray, M., Evans, B. & Vida Estacio, E. (2011) Health Psychology. Theory, Research and Practice. London: Sage. (3rd edition).

Morgado, I.(2010). Emociones e inteligencia social. Barcelona: Ariel.

Taylor, S. E. (2009). Health psychology (7th ed.). New York: McGraw Hill.

Toro, J. (2010) El adolescente en su mundo. Riesgos, problemas y trastornos. Madrid: Pirámide.

Seligman, M. (2007). Aprenda optimismo. Haga de la vida una experiencia gratificante. Barcelona: Debolsillo.

Siegel, R.D. (2011). La solución mindfulness. Prácticas cotidianas para problemas cotidianos. Bilbao: DDB.

Vazquez,C. y Hervás, G. (Coords.) (2009). La ciencia del bienestar. Fundamentos de psicología positiva. Madrid: Alianza Editorial

Software

No es necesario.

Grupos e idiomas de la asignatura

La información proporcionada es provisional hasta el 30 de noviembre. A partir de esta fecha, podrá consultar el idioma de cada grupo a través de este [enlace](#). Para acceder a la información, será necesario introducir el CÓDIGO de la asignatura

Tipo de docencia	Grupo	Idioma	Semestre	Turno
(TE) Teoría	1	Español	segundo cuatrimestre	mañana-mixto
(SEM) Seminarios	111	Español	segundo cuatrimestre	mañana-mixto
(SEM) Seminarios	112	Español	segundo cuatrimestre	mañana-mixto
(SEM) Seminarios	113	Español	segundo cuatrimestre	mañana-mixto